

ТОГБОУ «Знаменская специальная /коррекционная/ общеобразовательная
школа-интернат»

Внеклассное занятие

«Наши привычки...»

Авторы:

Трофимова Л.В., воспитатель I-я категория

Соколова И.В., воспитатель I-я категория

2012-2013уч.год

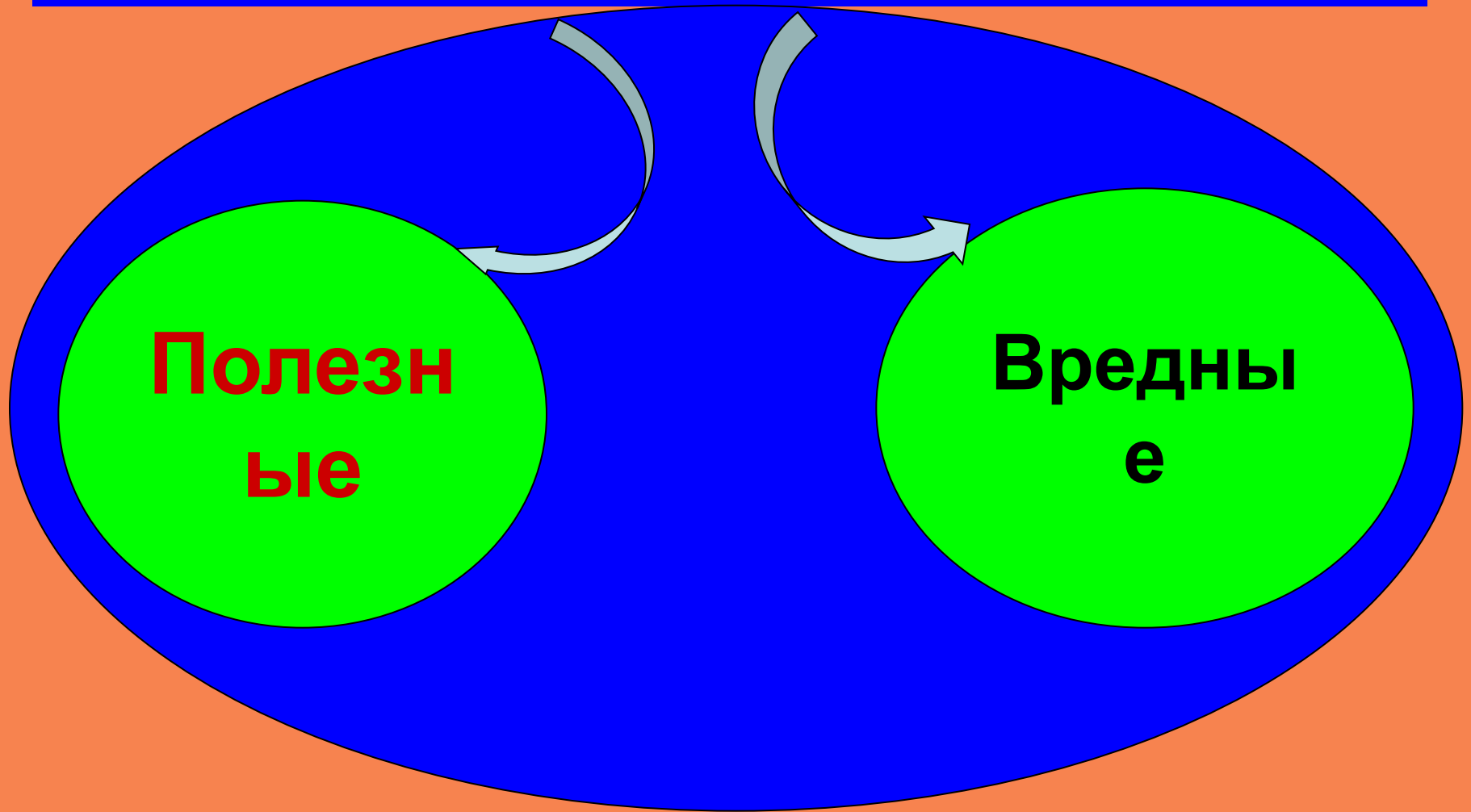
Внеклассное занятие:

**«Наши
привычки...»**

Привычка

Привычка-это способ поведения, который в определенной ситуации приобретает характер потребности.

Привычки



Полезные привычки



- Соблюдение режима дня;
- Регулярное питание;
- Прогулки и игры на воздухе;
- Утренняя зарядка;
- Соблюдение личной гигиены;
- Занятия спортом и др.



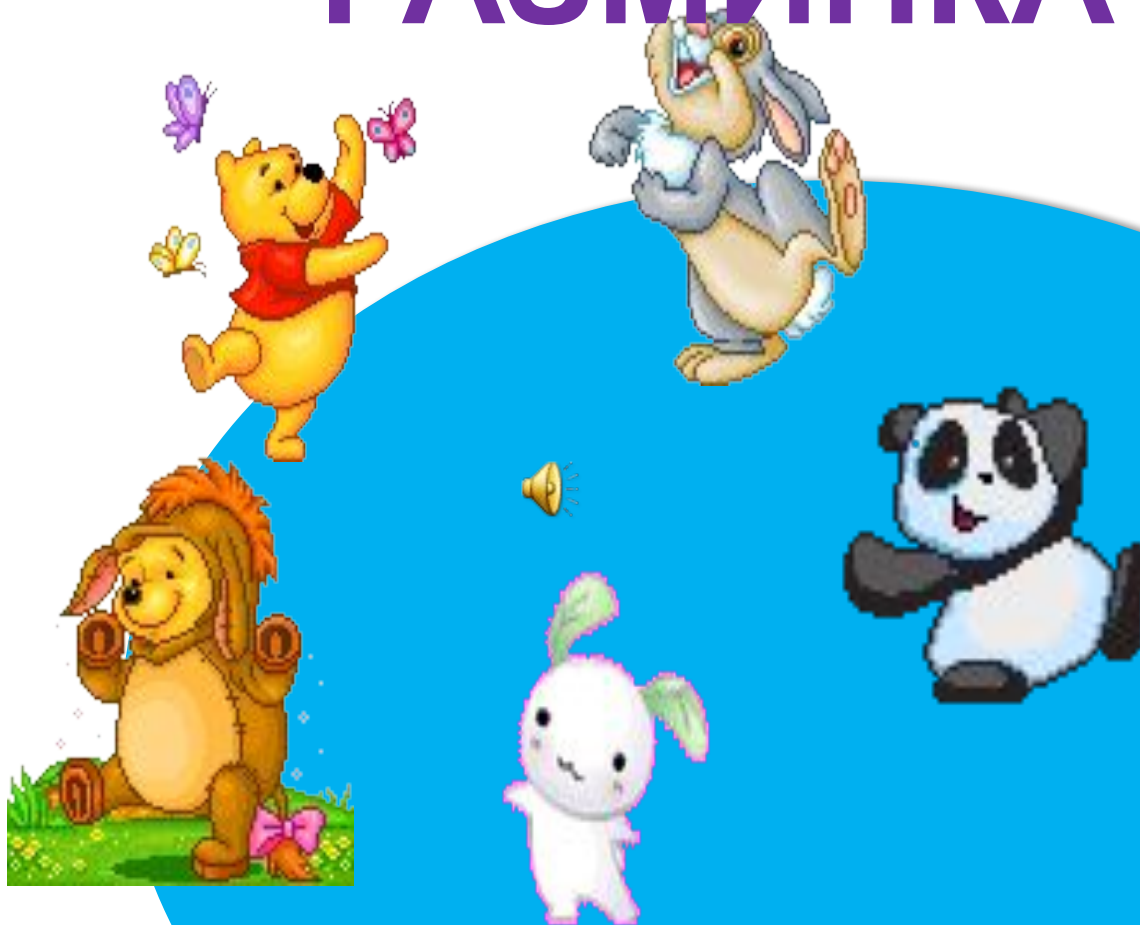
ЗДОРОВЬЕ



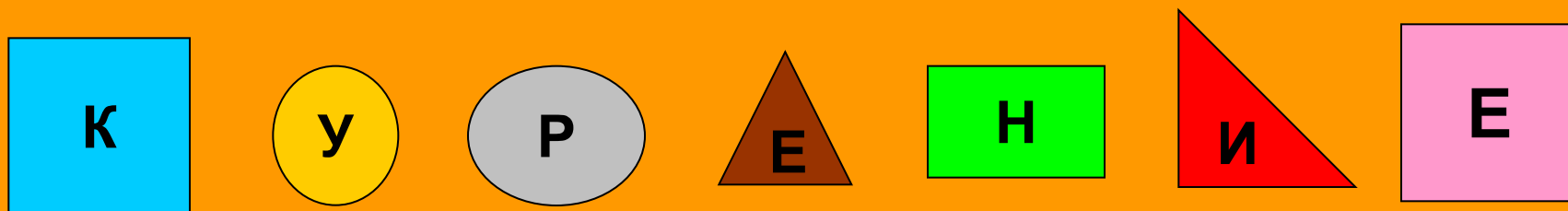
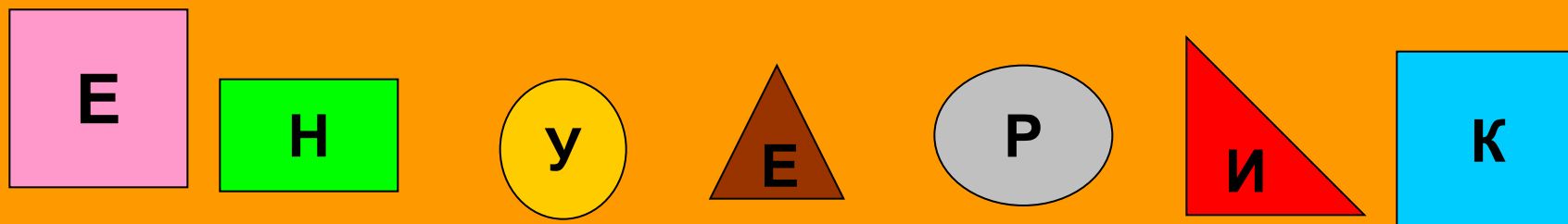
Здоровье – самый лучший друг,
Оно у каждого вокруг,
Кто любит спортом заниматься
И утром бодрым просыпаться.
Кто любит фруктов много есть,
Ведь витаминов в них не счесть!
Здоров лишь тот, кому не лень
Гулять на воздухе весь день.
Здоровье будет пусть у всех,
Здоровье – это ваш успех!



РАЗМИНКА



Угадай слово!



ГРАММАТИЧЕСКАЯ МАТЕМАТИКА

ПАРК – П + Н + ОМАГ – Г + НИЯ = ?



Вредные привычки

~~КУРЕНИЕ~~

~~АЛКОГОЛИЗМ~~

~~НАРКОМАНИЯ~~

Враги здоровья

Никотин

- Поражает желудок, мозг, сердце, органы дыхания, сокращает жизнь на 5 лет.

Алкоголь

- Разрушает головной мозг, печень, сердце, желудок, притупляет умственные способности человека



Наркотики

- Поражают печень, сердце, желудок, мозг.



**СУМЕЙ ВОВРЕМЯ
СКАЗАТЬ
СЕБЕ:**

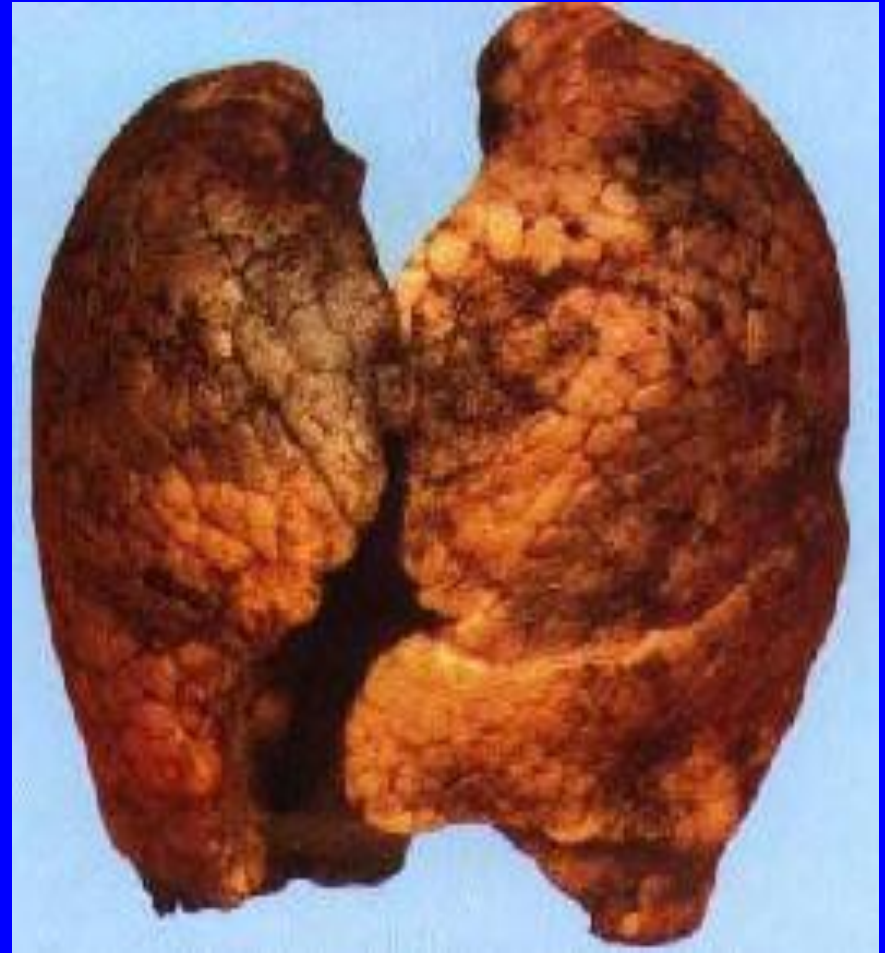


СТОП!

КУРЕНИЕ-МЕДЛЕННОЕ САМОУБИЙСТВО!!!

В настоящее время ученые считают недопустимым, что во всём мире дети приобретают эту пагубную привычку, которая приводит к болезням и смерти. С каждым годом курильщик всё молодеет. Медики установили, что каждая папироса стоит курящему 15 минут жизни. Это немало. Согласно выводам ученых, у многих курящих продолжительность жизни меньше, чем у некурящих, в среднем на 5-7 лет.

Легкие здорового человека и курильщика



НИКОТИН

- *Снижает сопротивляемость легких к инфекционным заболеваниям, в частности к туберкулезу.*

(Из 100 случаев заболеваний туберкулеза - 95 приходится на курильщиков)

- *При большой дозе проявляется отравление: останавливается дыхание а, затем и сердце.*

Почему курят подростки

Подростки начинают курить, чтобы...

Доказать
свою
независимос
ть
от родителей

Быть
принятым в
компанию
сверстников,
если те курят

Их уважали

Составь пословицу



- * Береги здоровье
смолоду.
- Двигайся больше –
проживешь дольше.
- Здоровье сгубишь –
новое не купишь.



СПОРТ - шаг к здоровью!



НАШИ ВЫВОДЫ

**Давайте все вместе научимся
противостоять вредным
привычкам и хором скажем
такие слова:**

СТОП! ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ!

СПОРТУ – ДА !!!



**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ**

Клипарты с сайта lenagold

<http://www.lenagold.ru/fon/clipart/alf.html>

